

戏剧表演训练的社会型拓展——由参加国际大师班所想到的

季学丁

作者赐稿

—

在上海戏剧学院进入研究生阶段的两年学习生涯中，接触到来自不同国家的表演工作坊，让我大开眼界。尤其是此次国际大师班的表导演课程的开设，更是让我对表演的社会性普及等一些问题产生了更加深远的思索，希望这样的思索对社会表演的研究有所贡献。

我们总是看到太多的舞台上、银幕上已经成形的表演范例和角色模型，却很少深入后台看到在演员最终被确立的这个形象深入人心的背后，是一个怎样的训练过程以及训练的逻辑在支配着他最终成形。而表演工作坊、或国际大师班就给了我们这样一个机会去了解导演是通过什么方式来训练演员，让他们以确立最终的表演风格和角色类型的。

但是，如果说表演的理论研究或实践实验是为戏剧的舞台表演而设置的话，那么当我们观摩甚至直接参与到各种表演工作坊的项目，并且亲身体验了各种表演的训练后，不禁感叹道戏剧的发展应该由表演起始向更加纵深的领域拓展出自己的天地。

表演本身与角色 灵魂 能量

传统的表演训练多是为舞台角色服务的。现在我们讨论表演训练的纵深与拓展，将会看见表演训练被赋予的另外一重使命：为社会角色服务。

然而我们通过表演的工作坊和各种课程的训练看到了什么呢？表演无论是为舞台角色服务还是为社会角色服务，都有一个共同的主题和宗旨：通过表演训练确立自我角色。

表演训练的整个过程，如果撇开最终成形的舞台角色表演，那么这个阶段相对于舞台演出可以称之为表演前训练阶段，这个阶段首先是为了确立自我角色。当这个自我角色体认到自我存在，是要去为角色（舞台角色）服务的时候，才产生自我角色与舞台角色的融合，当然我们知道这种融合的方式世界公认的就是以两大体系为主要代表的表导演构架。这里不展开。而选择哪一种表演体系去融合自我角色与社会角色则取决于作品的风格和导演的艺术追求。

刚才我们提到了表演训练是为确立角色服务的，而角色的支撑需要能量。

角色是可以看见的，能量是自己和他人可以感受到的，而灵魂则更多侧重于心灵。刚才说自我角色和舞台角色，进而到社会角色，都有一个能量集聚、传递、糅合的过程，而这个过程如果不能够由灵魂作为载体，很难顺利进行。

如果能量的聚集是在人体的丹田处，那么社会角色或者是舞台角色则关乎头脑，而灵魂则在自我角色的心灵深处。这是表演训练不同任务在人的肢体系统的形象化比喻。我们看到一个自下而上的过程。先集聚能量，再挖掘心灵中的自我，最后才是头脑风暴中的糅合与统一。吸取东方印度的瑜伽精华而开创“味匣子”训练方式的谢克纳教授，就曾在国际大师班的训练中说，在人体的小腹，就

是丹田处，有另外一个脑袋，这个脑袋就是能量的始发站，它掌握着人最原始的能量信息和调控分配，是可以通过训练来激发和形成气场的。

所以表演训练中自我角色的确立过程也是通过表演训练，让学员寻找自我灵魂的过程，从而确立自己的心和外在角色（舞台或社会角色）的心之间的距离。从而更加进一步判断在沟通这个距离达到融合的过程需要多少能量，以及这个能量在自我角色和外在角色确立中的分配比重。

所有的表演训练，都是为能够支撑起角色而不断发掘身体潜在的能量进行的，杰出的训练者能够将每一个被训练者在不同方面的能量激发出来，通过这种激发让学员找到属于他或她自己的特殊的个体的表达方式，来感受到自我能量的燃烧与存在，这种能量就是即兴表演的源头。

而这种能量的被激发，也同样要靠学员自身对于表演训练的渴望和追求，以及在这个过程中抛却一切杂念进入自发的能量发掘状态才能够在导师的配合下共同完成一次完美的表演训练。

表演训练与教育培训

在这里，我们将分为两大块来探讨表演训练的社会延伸，一块是传统的学校教育，另外一块是职业培训。由于我们对于传统教育比较熟悉，所以这部分将偏重于对传统教育中的表演训练进行阐

述，而职业培训这一块，笔者将在条件和时间允许的情况下在未来的一段时间做一个详细而全面的调查分析后，再进一步撰文作为补充，在此只做简单的提及。

传统的中小学教育里，大都只有类似像音乐、美术等所谓传统的艺术课程，而体育课由于更加偏向于对生理的速度、耐力等方面的硬性指标的追求，而越来越少的加入类似游戏的成分，甚至许多中小学生对体育课作为一种沉重的负担，而造成了强大的心理压力和阴影，有些体育课甚至就是完全枯燥地跑步和做一些机械的锻炼。

我们对于表演训练的发掘以及研究，将作为一个社会性命题来探讨的话，就必然要涉及将表演安设入教育体系的范畴。而这方面，国内的探索以及尝试，和国外一些学校相比，实在是相当落后，

这个现状不仅仅是人们对表演有理解上的误区，如果连表演训练的根本定义和内涵都不能够准确把握的话，更从何谈表演训练过程的实质性心灵体验以及训练之后所产生的身心效果？这整个的体系要为人们所熟知，就需要表演训练能够进一步地伸向社会广阔的天地。

这么说来，体育课好像是与表演课完全对立的。除了课程名称截然不同，教学内容也不完全相似以外，其实在调动学生运动的积极性和培养良好的身心方面，教育的根本出发点还是一样的。所以有必要考虑在传统教育中，如何将体育课的教学内容与表演课的教学内容在合理构架下做一个有机融合。真正做到使得学生在身（体育课的教学目的是强健身体）、心（表演课的教学目的是启发心智）方面都得到健康发展。

具体说来，体育课要达到的一些硬性锻炼指标可以通过数字来反映一个学生运动技能的正常能力和水平。但是表演的训练则更多地通过各种不同的方式将肢体和心灵的运动巧妙地结合起来，被训练者在这个过程中不是为了功利地去完成某一个指定的运动数字而机械地运转自己的身体（有许多时候甚至完全不是出自学生自愿）。学生就能够在其中充分地调动肢体的潜在能量和心灵悸动自发地愿意而为，无论怎样“动”，用什么肢体表现，以及运动的幅度都显示出学生内心的意愿，这个过程也是让学生唤起内心渴求自我了解和与期望他人相互了解的过程。简单总结一下，体育更注重“体动”而表演注重“灵动”。

当然如果为不同阶段的学校表演教育设置具体的内容和目标，还是有所侧重的，比如小学生可以通过游戏训练来达到对角色的初步参与和认识，而初中生可以通过角色扮演来树立角色的意识，充分了解角色表演的社会性等，而高中生则可以侧重通过角色教育确立自我价值和人生目标。大专院校的学生则可以进一步通过角色训练来获得职业角色目标的确立以及培养，进一步明确角色和自我人生以及职业选择的关系。但是所有的表演训练都有一个共同的宗旨，就是让学生意识到在当下的存在的这个自我，从而直接导向与生存关联的更深层的命题。

表演训练的更多社会性拓展

任何事物发展到一定阶段都会必然地从外在寻找突破，从而以他体作为参照寻找到自身继续存在的价值源泉以及可以与他体相互借鉴，互为共长的新的意义。

表演的训练在当今社会正在通过类似一些专业剧团工作坊的演示和巡演为更多学戏剧和不学戏剧的人们所熟悉和了解。但是它是否可以独立成为一种“运动”，即表演训练就是表演本身，不为任何其他所谓的舞台表演服务？这个假设和命题的提出似乎是要将表演的前期训练和表演的实质阶段（舞台艺术的表演）割裂开来。说不为任何服务，是不太可能的，任何事物的存在都有一个参照物，也都有一个“为他性”（即为他事物存在或服务的目的性）。这就使得我们进一步来探讨，所谓表演的训练如果割裂了以舞台表演为目的的存在，那么总要找到另外一个“为他性”来诠释“表演训练”之所以要和舞台艺术割裂的理由：这就很自然让我们想到表演的分类，艺术表演，社会表演等，如果不为艺术，那就是为社会。

所以，我们在明确了表演训练可以通过表演研究者的拓展发现，增强自身的独立存在能力，以适应社会表演训练的发展以后，就不难看出表演训练作为戏剧教育的一个分支有待得到进一步的完善以获得更加大的社会存在性与普及性。

刚才我们谈到了表演在教育领域和职业领域的社会性拓展，都有具体的社会角色目标，即教育领域不同阶段的角色培养计划，或者是职业领域的职业角色确立，而在教育领域里我们也谈到了体育运动和表演的区别。

表演训练中的即兴表演，如果偏向肢体，侧重舞蹈，就成为即兴舞蹈，也可说即兴肢体。如果将其分列成为单独的运动，和体育运动当然是有明显区别的，大多数的健身项目：团操以及种种其他

器械运动，都带有明显的模仿和机械地重复，而即兴肢体则是表演训练中通过启发心灵，开发潜能，而获得的一种具有创造意义和价值的、不可能重复的运动。而且其肢体的速度和节奏在音乐的大背景下完全由运动者自己调配和掌控，具有充分的自由和空间去发挥想象，任由肢体驰骋，也完全做到了心与肢的交融，灵与体的和谐。

笔者看见相关心理机构研究所，已经将这种所谓的“即兴舞蹈”运用于心理康复治疗和心理创伤恢复的介入。

“即兴舞蹈疗法其实并不是跳舞，参与者是在心理学专家的指导和带领下，伴随着音乐，即兴地做出各种创造性动作，分散他们对烦心事的注意力，宣泄自己心中的不快，从而达到缓解心理压力的目的。”^{1[1]}

其实这种用于心理治疗的所谓“即兴舞蹈”就是即兴表演的分支——即兴肢体的运动，而通过心理治疗的社会型运用，这种训练方式将会通过更多的实践和实验被证明而广泛地被运用到社会各个领域，也将最终成为一项独立的运动而得到更多社会型拓展和开发，从而运用到社会型项目中为社会的方方面面服务。

以上说到了表演训练涉足社会拓展后，为社会所借鉴而产生的新的运用价值。而当表演训练不再局限于小范围的“声台形表”，由此因为其训练的范围扩展到了社会而将表演本身的内涵与外延都

^{1[1]} 网络新闻地址：http://www.tianjindaily.com.cn/tianjin/content/2009-04/07/content_740926.htm

^{1[2]} “味匣子”的理论是由生理学，印度宗教和西方剧场结合的产物。“味匣子”包括八种情感的味道，它们分别是：怒；害怕（恐惧）；爱；惊讶（惊奇）；勇气；厌恶；悲伤；嘲笑（玩笑）。这8种情感没有主次和轻重之分，在掌握了以上这些情感之后，就可以进入第九个“匣子”，这个“匣子”在中文的理解中，我们暂时讲它取名为“空”。

提升到生命意义的高度，从而也为表演的实践和理论本身丰富了其宽度和广度的研究。

表演研究未来发展的拓展

表演研究的发展一向都以小范围的舞台艺术研究为依托，训练课程也多为培养演员而设立，其理论的发展也走向了相对狭窄的空间。

而未来表演乃至整个戏剧理论的发展都将走向更加综合的跨学科范畴，所以这样的发展趋势下，表演研究将不会再局限于自身单单为舞台艺术而服务的狭小空间内。它将通过戏剧教育的宣传普及走向更加宽泛的社会领域，通过研究不同社会阶层的人群心理和生活状态来为这些人群量身订制社会表演研究的重点和特性。旨在唤起他们自身对个体生命内在恰潜能的觉醒，以寻找和确立自我角色中的能量以达到与社会角色之间的平衡。其最终的社会价值和社会意义也鲜明突现：能够在此基础上更好地适应社会整体的发展，以及在自我选择和社会供给双向作用力下被支配的社会角色能够出色完成社会地位赋予的责任和义务，同时自我角色也合理而恰当地得到发展和满足。

由此，可以看到，表演的训练也将随之拓展到社会不同阶层的人群中去。比如白领戏剧工作坊，就不再是传统意义上写白领生活的戏剧演出，而是针对白领这一个特殊的群体而设立的表演参与训练以及其他由白领亲自参与的戏剧活动等；另外社区群众戏剧等等，都将逐步开展起表演训练的项目。

至于表演以及戏剧未来研究的发展方向，另外一个重要倾向就是其宗教性特点将会越来越明显。我们知道表演或戏剧本身就脱胎于古老的宗教仪式。此处所谓的宗教性特点倒不是说表演形式上回归为宗教仪式，而是说在表演训练的过程中始终都充满宗教的敬畏和对未知事物的探究，这是一种宗教精神的贯穿。虽然我们在过往的表演中已经有意识无意识得，也是必然得只有贯穿宗教性的精神才能做到真正意义上的“表演训练”。这个被表演本身所忽略的精神支柱将会在未来的研究中逐渐得被重视，而表演训练的宗教研究也确实是一个很值得探讨的课题。在这个宗教性概念里，我们通俗意义上所说的“气场”、“灵魂”、“能量”都将得到进一步的阐述和分析。比如，我们从国际大师谢克纳所创设的“味匣子”理论产生的基础也可以看出来此项研究具有的先瞻性和对表演理论以及实践的贡献。[2]这种精神的秉承即是承认有比作为人类自身存在的客体更加高层面的精神力量的存在之象征。这方面的研究确实有待进一步展开。
